

## 參考資料

---

## ■困りごとの相談窓口

### ○こころの健康やこころの悩みに関する相談

相談窓口	電話番号	受付時間（祝日等除く）
石川県石川中央保健福祉センター	076-275-2250	月～金曜日： 8時30分～17時45分
石川県こころの健康センター	076-238-5750	月～金曜日： 8時30分～17時15分
石川県こころの相談ダイヤル	076-237-2700	月～金曜日： 9時～12時／13時～16時

### ○多重債務、消費に関する相談

相談窓口	電話番号	受付時間（祝日等除く）
白山市消費生活センター	076-274-9507	月～金曜日： 8時30分～17時15分
石川県消費生活支援センター	076-267-6110	月～金曜日：9時～17時 土曜日：9時～12時30分
法テラス石川（法律相談）	050-3383-5477	月～金曜日： 9時～17時
	0570-078374 （おなやみなし）	月～金曜日：9時～21時 土曜：9時～17時
北陸財務局 多重債務相談	076-292-7951	月～金曜日： 9時～12時／13時～17時
石川県司法書士会	076-292-8133	月～金曜日： 10時～16時

### ○いじめに関する相談

相談窓口	電話番号	受付時間
白山市教育センター （教育相談）	076-275-7566	月～金曜日：8時30分～17時 （祝日等除く）
24時間子供SOS相談テレホン	0120-0-78310 （フリーダイヤル）	24時間
家庭教育電話相談	076-263-1188	月～土曜日：9時～13時 （祝日等除く）
いじめ110番	0120-617-867	24時間
チャイルドライン・いしかわ （18歳以下の子ども専用電話）	0120-99-7777	毎日：16時～21時
子どものなやみごと相談（金沢弁護士会） ※弁護士による無料法律電話相談	076-221-0831	木曜日：12時30分～16時30分 （祝日等除く）

### ○職場でのトラブルに関する相談

相談窓口	電話番号	受付時間
石川労働局総合労働相談コーナー	076-265-4432	月～金曜日： 9時30分～12時／13時～17時

### ○犯罪被害に関する相談

相談窓口	電話番号	受付時間
公益財団法人石川被害者サポートセンター	076-226-7830	火～土曜日： 13時30分～16時30分

### ○遺族のつどい

相談窓口	電話番号	受付時間
遺族交流会 (石川県こころの健康センター内)	076-238-5750	月～金曜日： 8時30分～17時15分

## ○「自分を傷つける」というサイン

ストレスから自分を傷つける行為が、10代から20代を中心とした若い世代にみられますが、必ずしも自殺したいと思っていないとは限りません。**自分の体を傷つけることで、精神的な苦痛を和らげようとする気持ちが隠れていることがあります。**

自傷行為を行う子どもに対しては、

- ・自傷行為を責めない。
- ・なぜ行うのか、そんなことをして何になるのかなどと問い詰めない。
- ・精神的ストレスから、自分を傷つける人もいることを伝える。
- ・「自分を傷つきたいほど、つらいんだね」など、苦しい気持ちに寄り添う。
- ・傷つけなくなったとき、いつでも話を聞く準備があることを伝える。
- ・「そばにいる」「一緒に治していこう」と、支えになることを伝える。

**自傷行為には、統合失調症、うつ病など、こころの病気が潜んでいることがあります。**自傷行為と自殺を区別して考えることは必要ですが、**継続的な自傷行為は自殺につながることも少なくありません。**自傷行為は、子どものこころがSOSを出している証拠です。ゆっくりと話を聞きながら、**こころの専門家に相談してみることをお勧めします。**

－厚生労働省ホームページより一部改編抜粋－

## ■改正自殺対策基本法（平成28年4月1日から施行）

### 目次

第一章 総則（第一条—第十一条）

第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等（第十二条—第十四条）

第三章 基本的施策（第十五条—第二十二条）

第四章 自殺総合対策会議等（第二十三条—第二十五条）

### 第一章 総則

#### （目的）

第一条 この法律は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況にあり、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする。

#### （基本理念）

第二条 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかげがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない。

2 自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみ捉えられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。

3 自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。

4 自殺対策は、自殺の事前予防、自殺発生の危機への対応及び自殺が発生した後又は自殺が未遂に終わった後の事後対応の各段階に応じた効果的な施策として実施されなければならない。

5 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない。

#### （国及び地方公共団体の責務）

第三条 国は、前条の基本理念（次項において「基本理念」という。）にのっとり、自殺対策を総合的に策定し、及び実施する責務を有する。

2 地方公共団体は、基本理念にのっとり、自殺対策について、国と協力しつつ、当該地域の状況に応じた施策を策定し、及び実施する責務を有する。

3 国は、地方公共団体に対し、前項の責務が十分に果たされるように必要な助言その他の援助を行うものとする。

#### （事業主の責務）

第四条 事業主は、国及び地方公共団体が実施する自殺対策に協力するとともに、その雇用する労働者の心の健康の保持を図るため必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

(国民の責務)

第五条 国民は、生きることの包括的な支援としての自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるよう努めるものとする。

(国民の理解の増進)

第六条 国及び地方公共団体は、教育活動、広報活動等を通じて、自殺対策に関する国民の理解を深めるよう必要な措置を講ずるものとする。

(自殺予防週間及び自殺対策強化月間)

第七条 国民の間に広く自殺対策の重要性に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策の総合的な推進に資するため、自殺予防週間及び自殺対策強化月間を設ける。

2 自殺予防週間は九月十日から九月十六日までとし、自殺対策強化月間は三月とする。

3 国及び地方公共団体は、自殺予防週間においては、啓発活動を広く展開するものとし、それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

4 国及び地方公共団体は、自殺対策強化月間においては、自殺対策を集中的に展開するものとし、関係機関及び関係団体と相互に連携協力を図りながら、相談事業その他それにふさわしい事業を実施するよう努めるものとする。

(関係者の連携協力)

第八条 国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校（学校教育法（昭和二十二年法律第二十六号）第一条に規定する学校をいい、幼稚園及び特別支援学校の幼稚部を除く。第十七条第一項及び第三項において同じ。）、自殺対策に係る活動を行う民間の団体その他の関係者は、自殺対策の総合的かつ効果的な推進のため、相互に連携を図りながら協力するものとする。

(名誉及び生活の平穩への配慮)

第九条 自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。

(法制上の措置等)

第十条 政府は、この法律の目的を達成するため、必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講じなければならない。

(年次報告)

第十一条 政府は、毎年、国会に、我が国における自殺の概況及び講じた自殺対策に関する報告書を提出しなければならない。

## 第二章 自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画等

(自殺総合対策大綱)

第十二条 政府は、政府が推進すべき自殺対策の指針として、基本的かつ総合的な自殺対策の大綱（次条及び第二十三条第二項第一号において「自殺総合対策大綱」という。）を定めなければならない。

(都道府県自殺対策計画等)

第十三条 都道府県は、自殺総合対策大綱及び地域の実情を勘案して、当該都道府県の区域内における自殺対策についての計画（次項及び次条において「都道府県自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

2 市町村は、自殺総合対策大綱及び都道府県自殺対策計画並びに地域の実情を勘案して、当該市町村の区域内における自殺対策についての計画（次条において「市町村自殺対策計画」という。）を定めるものとする。

（都道府県及び市町村に対する交付金の交付）

第十四条 国は、都道府県自殺対策計画又は市町村自殺対策計画に基づいて当該地域の状況に応じた自殺対策のために必要な事業、その総合的かつ効果的な取組等を実施する都道府県又は市町村に対し、当該事業等の実施に要する経費に充てるため、推進される自殺対策の内容その他の事項を勘案して、厚生労働省令で定めるところにより、予算の範囲内で、交付金を交付することができる。

### 第三章 基本的施策

（調査研究等の推進及び体制の整備）

第十五条 国及び地方公共団体は、自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するため、自殺の実態、自殺の防止、自殺者の親族等の支援の在り方、地域の状況に応じた自殺対策の在り方、自殺対策の実施の状況等又は心の健康の保持増進についての調査研究及び検証並びにその成果の活用を推進するとともに、自殺対策について、先進的な取組に関する情報その他の情報の収集、整理及び提供を行うものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策の効率的かつ円滑な実施に資するための体制の整備を行うものとする。

（人材の確保等）

第十六条 国及び地方公共団体は、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図りながら、自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるものとする。

（心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進等）

第十七条 国及び地方公共団体は、職域、学校、地域等における国民の心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保等必要な施策を講ずるものとする。

2 国及び地方公共団体は、前項の施策で大学及び高等専門学校に係るものを講ずるに当たっては、大学及び高等専門学校における教育の特性に配慮しなければならない。

3 学校は、当該学校に在籍する児童、生徒等の保護者、地域住民その他の関係者との連携を図りつつ、当該学校に在籍する児童、生徒等に対し、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵かん養等に資する教育又は啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育又は啓発その他当該学校に在籍する児童、生徒等の心の健康の保持に係る教育又は啓発を行うよう努めるものとする。

（医療提供体制の整備）

第十八条 国及び地方公共団体は、心の健康の保持に支障を生じていることにより自殺のおそれがある者に対し必要な医療が早期かつ適切に提供されるよう、精神疾患を有する者が精神保健に関して学識経験を有する医師（以下この条において「精神科医」という。）の診療を受けやすい環境の整備、良質かつ適切な精神医療が提供される体制の整備、身体の傷害又は疾病についての診療の初期の段階における当該診療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、救急医療を行う医師と精神科医との適切な連携の確保、精神科医とその地域において自殺対策に係る活動を行うその他の心理、保健福祉等に関する専門家、民間の団体等の関係者との円滑な連携の確保等必要な施策を講ずるものとする。

（自殺発生回避のための体制の整備等）

第十九条 国及び地方公共団体は、自殺をする危険性が高い者を早期に発見し、相談その他の自殺の発生を回避するための適切な対処を行う体制の整備及び充実に必要な施策を講ずるものとする。

（自殺未遂者等の支援）

第二十条 国及び地方公共団体は、自殺未遂者が再び自殺を凶ることのないよう、自殺未遂者等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

（自殺者の親族等の支援）

第二十一条 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂が自殺者又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響が緩和されるよう、当該親族等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

（民間団体の活動の支援）

第二十二条 国及び地方公共団体は、民間の団体が行う自殺の防止、自殺者の親族等の支援等に関する活動を支援するため、助言、財政上の措置その他の必要な施策を講ずるものとする。

#### 第四章 自殺総合対策会議等

（設置及び所掌事務）

第二十三条 厚生労働省に、特別の機関として、自殺総合対策会議（以下「会議」という。）を置く。

2 会議は、次に掲げる事務をつかさどる。

- 一 自殺総合対策大綱の案を作成すること。
- 二 自殺対策について必要な関係行政機関相互の調整をすること。
- 三 前二号に掲げるもののほか、自殺対策に関する重要事項について審議し、及び自殺対策の実施を推進すること。

（会議の組織等）

第二十四条 会議は、会長及び委員をもって組織する。

2 会長は、厚生労働大臣をもって充てる。

3 委員は、厚生労働大臣以外の国务大臣のうちから、厚生労働大臣の申出により、内閣総理大臣が指定する者をもって充てる。

4 会議に、幹事を置く。

5 幹事は、関係行政機関の職員のうちから、厚生労働大臣が任命する。

6 幹事は、会議の所掌事務について、会長及び委員を助ける。

7 前各項に定めるもののほか、会議の組織及び運営に関し必要な事項は、政令で定める。

(必要な組織の整備)

第二十五条 前二条に定めるもののほか、政府は、自殺対策を推進するにつき、必要な組織の整備を図るものとする。



## ■白山市健康づくり推進会議設置要綱

平成18年12月12日

告示第287号

(設置)

第1条 市民の主体的な健康づくりを目的として白山市健康プランその他健康づくりに関する計画(以下「健康プラン等」という。)を策定し、健康プラン等に基づく施策を効果的かつ総合的に推進するため、白山市健康づくり推進会議(以下「推進会議」という。)を設置する。

(所掌事務)

第2条 推進会議は、次に掲げる事項を協議する。

- (1) 健康プラン等の策定に関すること。
- (2) 健康プラン等の総合的な実施に関すること。
- (3) 健康プラン等の普及啓発に関すること。
- (4) 健康プラン等の進行管理及び評価に関すること。
- (5) 前各号に掲げるもののほか、目的達成のために必要な事項

(組織)

第3条 推進会議は、委員10人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱し、又は任命する。

- (1) 学識経験者
- (2) 保健医療機関の代表
- (3) 関係団体の代表
- (4) 関係行政機関の職員
- (5) 公募による者
- (6) 前各号に掲げるもののほか、市長が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、3年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第5条 推進会議に会長及び副会長1人を置く。

- 2 会長は委員の互選により選出し、副会長は委員のうちから会長が指名する。
- 3 会長は、会務を総理し、会議を代表する。
- 4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、会長の職務を代理する。

(会議)

第6条 推進会議の会議は、会長が招集し、会長が議長となる。

- 2 推進会議の会議は、委員の半数以上が出席しなければ開くことができない。
- 3 推進会議の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(意見の聴取)

第7条 推進会議は、必要に応じて、委員以外の者の出席を求め、意見を聴くことができる。

(庶務)

第8条 推進会議の庶務は、健康福祉部いきいき健康課において処理する。

(その他)

第9条 この告示に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この告示は、平成30年4月1日から施行する。

## ■第2次白山市健康プラン ー一部抜粋ー

### ◎P. 5

#### 重点施策③ 心の健康づくり

人がいきいきと自分らしく生きるためには、体の健康づくりのほか、心の健康づくりに取り組む必要があります。

心の病気として代表的なうつ病・うつ状態は「心のかぜ」とも言われ、程度の差はあれ、誰にでも起こりうる病気です。心の病気を抱える本人、そして家族を含む周りの人たちが気づかずに重症化させる場合があるため、病気への正しい理解、正しい対処法が必要であり、相談体制の充実、心の健康づくりに関する情報発信に取り組みます。

・心の健康を含めた総合的な自殺対策への取り組み

### ◎P. 41

#### (2) 社会生活を営むために必要な機能の維持・向上

##### ①心の健康

本市では、ストレスを感じる人の割合は増加しており、男性に比べ女性の方がストレスによる不調を感じる傾向にあります。また、ストレスを感じている人のうち、「死にたい」と思ったことがある人も、男性より女性が多くなっています。

人がいきいきと自分らしく生きるために、心の健康はとても重要です。心の病気として代表的なうつ病は誰にでも起こりうる病気ですが、本人や家族を含むまわりの人たちが気づかずに重症化させてしまう場合があり、病気への正しい理解が求められます。

#### 【目標】

家庭・職場・地域社会での豊かなコミュニケーションを育み、心の健康づくりに主体的に取り組む市民を増やします。

#### 【目標とする数値】

目標項目		評価 2017	現状値 2017	目標値 2022
ストレスを感じた人のうち「死にたい」と思ったことがある人の減少	一般	—	17.6%	減少
※ゲートキーパーを知っている人の増加	一般	—	12.1%	増加
精神科等の受診に抵抗のある人の減少	一般	—	48.3%	減少

※「ゲートキーパー」 … 自殺のサインに気づき、適切に対応できる人（命の門番とも言われる）

## 【今後の対策】

対策	実務的な対策	取り組み	担当課
心の健康に関する相談体制を整えます	気軽に相談できる窓口を周知します	精神保健福祉相談や電話相談についての情報提供	障害福祉課
		心の健康についての相談機会の充実による早期対応の実施	
精神疾患への正しい理解を促します		うつ病や心の健康に関する出前講座の開催	障害福祉課
		健康教育等様々な機会における、うつ病等への正しい知識の普及	いきいき健康課
心の健康の悪化要因を軽減します		【新規】心の健康づくりを含めた総合的な自殺対策の取り組み	いきいき健康課

### ○市民に期待する主な取り組み

- 家族・友達・仲間等と過ごす時間を大切にし、コミュニケーションを深めるとともに、地域活動に参加するなど、豊かな人間関係をつくりましょう。
- 心の不調を感じた時には、早めに専門医を受診しましょう。
- 家族及び周囲の人が、早期の相談や受診に結びつけられるよう心の不調に気づいてあげましょう。
- うつ病及びうつ状態についての正しい知識を得ましょう。

■ 策定経緯

年月日	会議等	その他
平成30年		
5月		事業棚卸し 関係部課長説明会
7月31日	第1回健康づくり推進会議 ・自殺対策行動計画について（報告）	
8月9日		第1回自殺対策行動計画策定ワーキング
8月29日		第2回自殺対策行動計画策定ワーキング
10月24日	第2回健康づくり推進会議 ・自殺対策行動計画（素案）について（協議）	
10月31日		第3回自殺対策行動計画策定ワーキング
平成31年		
1月8日 ～21日		パブリックコメント
2月12日	第3回健康づくり推進会議 ・自殺対策行動計画（素案）について（協議）	
3月		公表

■白山市健康づくり推進会議委員等名簿

(敬称略・順不同)

区分	氏名	職名等
学識経験者	柴田 紀子	金城大学社会福祉学部教授
保健医療機関代表	長尾 信	白山ののいち医師会理事
	奥谷 謙一郎	白山野々市歯科医師会副会長
	吉田 誠	石川県薬剤師会白山ののいち研修担当
関係団体代表	山本 保彦	白山市町会連合会代表
	森本 巖	白山市小中学校長協議会代表
	竹内 茂	白山商工会議所常務理事兼事務局長
関係行政機関	小林 千鶴	石川中央保健福祉センター一次長兼企画調整課長
公募	宮本 牧子	
	大木 藤枝	

オブザーバー	成宮 寛	白山警察署生活安全課長
	下 猛浩	白山野々市広域消防本部消防課長補佐
	川端 一平	白山公共職業安定所職業相談部門統括職業指導官
	北村 幸恵	石川県立松任高等学校長
	南田 茂喜	白山市社会福祉協議会常務理事

■自殺対策行動計画策定ワーキングチーム名簿

(敬称略・順不同)

課名	職名	氏名
総務部納税課	課長補佐	北村 光広
市民生活部市民相談室	課長補佐	嶋田 貴代美
市民生活部地域安全課	課長補佐	畑 竜太郎
産業部商工課	課長補佐	中村 啓嗣
建設部建築住宅課	課長補佐	向 裕泰
上下水道部企業総務課	主幹	中村 由香
教育委員会事務局学校教育課	指導主事	斎藤 正志
教育委員会事務局生涯学習課	主事	廣部 達哉
健康福祉部生活支援課	課長補佐	四藤 佐和子
健康福祉部障害福祉課	精神保健福祉士	寺本 庸介
健康福祉部長寿介護課	専門員	松本 愛
健康福祉部こども子育て課	課長補佐	池田 利夫
健康福祉部保険年金課	主幹	済田 義則
健康福祉部いきいき健康課 (事務局)	課長	徳野 哲子
	係長	見定 浩典
	主査	下濱 礼子